

Министерство образования и науки РФ
Омский государственный педагогический университет

Н. В. Матюнина

**ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГИМНАСТИЧЕСКОЙ
ТЕРМИНОЛОГИИ И ТРЕБОВАНИЯ К СОСТАВЛЕНИЮ
КОНСПЕКТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ
ДОШКОЛЬНИКОВ**

Методические рекомендации

Омск
2010

ВВЕДЕНИЕ

Матюнина, Н. В.
М353 Правила использования гимнастической терминологии и требования к составлению конспектов по физическому воспитанию дошкольников : методические рекомендации / Н. В. Матюнина. - Омск : Изд-во ОмГПУ, 2010. - 34 с.

Методические рекомендации разработаны для студентов специальности «Педагогика и методика дошкольного образования» педагогического вуза с целью оказания помощи в процессе овладения комплексом профессиональных знаний, умений и навыков, касающихся планирования основных форм физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста, и успешной их реализации при прохождении учебной и педагогической практики в детском саду и в дальнейшей профессиональной деятельности.

В методических рекомендациях систематизированы требования, предъявляемые к использованию гимнастических терминов при составлении и написании планов-конспектов утренней гимнастики, физкультурного занятия, комплексов упражнений и т. д. Они могут использоваться студентами средних специальных и высших учебных заведений, а также оказать помощь начинающим методистам и воспитателям, работающим с детьми в сфере физкультурно-образовательной и оздоровительной деятельности.

Методические рекомендации написаны в соответствии с учебной программой по дисциплине «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» для специальности 031100.00 «Педагогика и методика дошкольного образования».

УДК 372.212.1
ББК 74.100.54

© Матюнина Н. В., 2010
© Бугаева А. Е., иллюстрации, 2010
© Омский государственный педагогический университет, 2010

Перестроечные процессы, коснувшиеся образовательной сферы в последние годы, явились основой для всевозрастающих требований, предъявляемых к педагогам, в том числе и к специалистам, работающим в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ). Аттестационная форма присвоения профессиональных квалификационных категорий предполагает непрерывность образовательного и самообразовательного процессов, способствующих систематическому повышению педагогического мастерства в соответствии с современными требованиями общества.

Ученые, занимающиеся проблемами физкультурного образования (И. О. Малыгина, 1995; А. И. Коган, О. А. Барабаш, 1995 и др.), выделяют некоторые причины, тормозящие повышение качества физического воспитания в ДОУ. К ним относятся: проведение процесса обучения неспециалистами; низкий уровень материально-технического оснащения ДОУ; отсутствие специального образования у специалистов по физическому воспитанию дошкольников; отсутствие специальной методической литературы по коррекции физического развития детей дошкольного возраста.

Определенные трудности, возникающие при освоении предмета «Методика физического воспитания дошкольников», вызваны тем, что учебники с созвучным названием ограничиваются лишь узкоспециализированным содержанием, касающимся сведений: о формах физкультурно-оздоровительной работы; о структуре, содержании занятий и методических приемах обучения детей различных возрастных групп, что без знаний теории физического воспитания и методики обучения физическим упражнениям является недостаточным. Поскольку давно известна истина, что научить всегда легче, чем переучить - обучать технике основных движений должны специалисты, имеющие фундаментальные знания и владеющие умениями правильного выполнения двигательных действий.

В связи с этим существующие учебники по методике физического воспитания в дошкольных учреждениях нуждаются в дополнении и уточнении содержащегося материала в соответствии с основами теории и методики физической культуры, а также положениями по различным видам спорта (в частности гимнастики, легкой атлетики и других).

Часть занятия	Содержание	Дозировка	ОМУ
Основная часть 3'-4'	2. и. п. 3-4. то же влево III. «Поклонились» И. п.: сед ноги врозь, обруч вперед горизонтально 1. обруч вверх горизонтально; 2. наклон вперед, ободом обруча достать пол; 3. сед обруч вперед вертикально; 4. и. п. IV. «Прокатились» И. п.: лежа на спине, обруч на грудь 1. 2, 3, 4. поочередное сгибание и разгибание ног V. «Притаились» И. п.: присед в середине обруча 1. 2. 3. прыжки на 2-х; 4. и. п. 5-8. ходьба на месте	4-5 раз 4-5 раз 4-5 раз	Сели, ноги прямые Руки вверх, смотрим прямо Наклоняться ниже, ноги не сгибать Посмотрели в обруч Опустили на ноги Легли на спину, обруч на груди. Ноги сгибаем и выпрямляем до конца, носочки тянем Прыгаем выше, под счет Присели Шагаем красиво, работаем руками
	Заключительная часть 30'' - 40''	Построение в 1 шеренгу.	3-5''
Перестроение в колонну.		2-3''	Повернулись за направляющим, подравнялись в затылок друг за другом
Ходьба.		10''	Работаем руками, колено выше
Интенсивный бег, бег с изменением темпа.		10''	Друг друга не обгоняем Под звон бубна бежим быстрее
Ходьба.		10''	Руки вверх – вдох, опустили – выдох
Подведение итогов.		3-5''	С каким предметом и какие упражнения выполняли, положительная оценка

Оценка за подготовку плана-конспекта
Оценка за проведение
Замечания

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1. Гимнастическая терминология.....	4
1.1. Исходные положения, положения (движения) частей тела.....	5
1.2. Правила сокращения гимнастической терминологии. . .	14
1.3. Правила записи гимнастической терминологии.....	14
2. Составление плана-конспекта.....	18
2.1. Постановка задач физкультурного занятия.....	18
2.2. Структура физкультурного занятия.....	19
2.3. Форма составления плана-конспекта.....	21
2.4. Анализ плана-конспекта физкультурного занятия.....	24
2.5. Особенности оформления конспекта утренней гимнастики.....	25
Список использованной литературы.....	26
<i>Приложение 1.</i> План-конспект физкультурного занятия № 28 (III квартал) в старшей группе.....	27
<i>Приложение 2.</i> План-конспект утренней гимнастики во 2 младшей группе.....	31